

INFANTIL TRITURADOS

# FEBRERO

Del 2 de Febrero al 28 de Febrero

LUNES-02	MARTES-03	MIÉRCOLES-04	JUEVES-05	VIERNES-06
Sémola de trigo con merluza y verduras  Papilla de plátano y manzana	Crema de lentejas, con pavo y verduras  Papilla de manzana, kiwi y naranja	Puré de patatas, calabacín y pollo  Yogurt	Puré de zanahoria y boniato  Papilla de plátano y avena	Sémola de arroz con merluza y verduras  Papilla de kiwi y manzana
Papilla de pera y naranja	Yogurt	Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y pera	Papilla de plátano, mandarina y manzana
LUNES-09	MARTES-10	MIÉRCOLES-11	JUEVES-12	VIERNES-13
Sémola de trigo con merluza y verduras  Yogurt	Puré de guisado de verduras con pollo  Papilla de arándanos y fresas	Sémola de arroz con merluza y zanahorias  Papilla de avena y manzana	Crema de garbanzos y verduras  Papilla de naranja y manzana	Tapioca de ternera con verduras  Papilla de mango, manzana y naranja  CARNAVAL
Papilla de manzana y kiwi	Papilla de plátano y naranja	Papilla de plátano y pera	Papilla de manzana y pera	Yogurt
LUNES-16	MARTES-17	MIÉRCOLES-18	JUEVES-19	VIERNES-20
Sémola de trigo con verduras y merluza  Papilla de naranja y manzana	Puré de lentejas con pollo y verduras  Papilla de plátano y manzana	Puré de zanahorias y ternera  Yogurt	Crema de calabacín  Papilla de manzana, fresas y plátano	Sémola de arroz con merluza y zanahorias  Papilla de mango y plátano
Yogurt	Papilla de manzana y kiwi	Papilla de arándanos y naranja	Papilla de plátano y avena	Papilla de plátano y pera
LUNES-23	MARTES-24	MIÉRCOLES-25	JUEVES-26	VIERNES-27
Sémola de trigo con pavo y verduras  Yogurt	Puré de alubias con pollo y verduras  Papilla de mandarina, plátano y pera	Puré de patata con merluza y verduras  Papilla de mango, pera y fresa	Puré de patata, zanahoria y calabaza  Papilla de melón y fresa	Sémola de arroz con pollo y verduras  Papilla de plátano, mandarina y kiwi
Papilla de naranja y pera	Papilla de manzana y kiwi	Yogurt	Papilla de plátano y mandarina	Papilla de manzana y pera



# FEBRERO

*Del 2 de Febrero al 28 de Febrero*

## SUGERENCIAS PARA LAS CENAS

En nuestro colegio, nos esforzamos por promover hábitos alimenticios saludables entre nuestros estudiantes. Por esta razón, hemos creado una tabla de recomendaciones para la elaboración de cenas que complementen el menú de mediodía. Estas recomendaciones están diseñadas para garantizar una cena satisfactoria y proporcionar los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo.

ALIMENTOS EN LA COMIDA DE MEDIO DÍA	ALIMENTOS INDICADOS PARA LAS CENAS
CARNE	PESCADO O HUEVO
PESCADO	CARNE O HUEVO
CEREALES, FÉCULAS O LEGUMBRES	VERDURAS
VERDURAS	PASTA, ARROZ O FÉCULAS
FRUTAS	FRUTA O LÁCTEOS
LÁCTEOS	FRUTA

## INFORMACIÓN SOBRE EL MENÚ

- Todas las salsas se realizan de manera natural con espesantes naturales, no son precocinadas.
- Utilizamos especias naturales para cocinar (perejil, orégano, albahaca, romero, laurel...)
- Los pescados son según disponibilidad de mercado con las siguientes variantes: merluza, lenguado, bacalao, bonito y salmón.
- Tanto la mahonesa como el aceite de ajo se elaboran en el día y con liofilizados para evitar riesgos.
- La fruta es natural, no se dan frutas en almíbar.
- Todas las legumbres son naturales, no son precocinadas.
- Los yogures son blancos azucarados sin colorantes.
- Se cocina con aceite de oliva virgen y aceite de girasol.
- El aliño de las ensaladas es de aceite de oliva virgen.
- Las alergias o intolerancias deben de avisarse y justificarse con certificado médico.
- No se realizarán adaptaciones del menú a menos que estén justificadas.
- Las dietas tienen que ser notificadas por teléfono.
- En los servicios de días no escolares (SDNE) el colegio permanecerá cerrado excepto para los alumnos que hayan contratado este servicio.